



✦ सनातन धर्म • नेपाल • इतिहास • संस्कृति ✦

सनातन हिन्दु धर्मको ऐतिहासिक र सांस्कृतिक महत्त्व नेपालमा

अप्रिल २०२६ | विस्तृत अध्ययन लेख | ⌚ पढ्न समय: १५ मिनेट

"सनातन धर्म कुनै एउटा मात्र धर्मको नाम होइन — यो एउटा जीवनपद्धति हो, एउटा दर्शन हो, एउटा अनन्त सत्यको खोजी हो जुन हजारौं वर्षदेखि हिमालयको काखमा फूलिरहेको छ।"

— नेपाली साहित्य एवम् दर्शन परम्परामा उद्धृत

ॐ ✦ ✦ ॐ

॥ नेपालमा सनातन धर्म — एक नजरमा

🏛️	२,७००+ वर्ष	पुरानो हिन्दु परम्परा नेपालमा
	८१%	नेपाली जनसंख्या हिन्दु धर्मावलम्बी
🏪	२,७४३	दर्ता भएका मन्दिरहरू (२०२३ सम्म)
	४ वेद	जसको ज्ञान नेपालमा आजसम्म जीवित

ॐ ✦ ✦ ॐ

१. भूमिका: हिमालयको काखमा धर्मको उद्गम

नेपाल — यो नाम सुन्दा मनमा एकैसाथ हिमालयको उच्च शृंखला, गहिरा खोलानाला, हरियाली तराईका फाँटहरू र घण्टाघडी बजेका मन्दिरहरूको तस्वीर उभिनछ। यो पवित्र भूमि केवल एउटा भौगोलिक इकाइ मात्र होइन, यो त हजारौं वर्षदेखि सनातन हिन्दु धर्मको जीवन्त प्रयोगशाला हो।

संसारको एकमात्र हिन्दु राष्ट्रको रूपमा लामो समयसम्म परिचित नेपालमा सनातन धर्मको जराहरू यहाँको माटो, हावापानी र जनजीवनमा यसरी गाँसिएका छन् कि यसलाई अलग गर्न खोज्नु भनेको नेपालको आत्मालाई नै टुक्र्याउनुजस्तो हुनेछ।

यस लेखमा हामी नेपालमा सनातन हिन्दु धर्मको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि, सांस्कृतिक अवदान, दार्शनिक गहिराइ, र वर्तमान सन्दर्भमा यसको महत्त्वबारे विस्तृत रूपमा विचार गर्नेछौं।



२. ऐतिहासिक पृष्ठभूमि: युगौंदेखिको धार्मिक यात्रा

नेपालमा हिन्दु धर्मको उपस्थिति वैदिक कालसम्म पुग्छ। ऋग्वेदमा उल्लेख गरिएका हिमवत् (हिमालय) क्षेत्रहरू नेपाली भूगोलसँग जोडिएका छन्। पुराण साहित्यमा नेपालखण्ड नामक एक पवित्र भूभागको वर्णन पाइन्छ जहाँ देवताहरूले निवास गर्छन् भनिन्छ।

ऐतिहासिक टाइमलाइन

~ ५०० ईसापूर्व किराँत राजवंश र धार्मिक परम्परा

नेपालको पहिलो ज्ञात राजवंश किराँतकालमा पनि पशुपतिनाथको पूजा हुन्थ्यो। महाभारतको भीष्म पर्वमा नेपालको उल्लेख भेटिन्छ।

~ ३०० ईसापूर्व सम्राट अशोकको नेपाल भ्रमण

मौर्य सम्राट अशोकले लुम्बिनी भ्रमण गरी अशोक स्तम्भ स्थापना गरे। यसले नेपालको धार्मिक महत्त्वलाई अन्तर्राष्ट्रिय मान्यता दिलायो।

३०० – ८७९ ई. लिच्छवी राजवंश: हिन्दु धर्मको स्वर्णकाल

लिच्छवी राजाहरूले पशुपतिनाथ, चाँगुनारायण लगायत अनेकौं मन्दिरहरू निर्माण गरे। यो काल नेपालमा हिन्दु कला, स्थापत्य र धर्मको उत्कर्षकाल थियो।

८७९ – १७६८ ई. मल्ल राजवंश: धर्म र कलाको संगम

मल्लकालमा नेपालको मन्दिर वास्तुकला विश्वप्रसिद्ध भयो। इन्द्रजात्रा, रथयात्रा जस्ता धार्मिक उत्सवहरू यसै कालमा संस्थागत भए।

१७६८ – २००८ ई. शाह राजवंश: हिन्दु राष्ट्रको औपचारिक घोषणा

पृथ्वीनारायण शाहले नेपाललाई एकीकृत गरी 'चार जात छत्तिस वर्णको साभ्ना फूलबारी' भनी परिभाषित गरे। नेपाल संसारको एकमात्र हिन्दु राज्यको रूपमा रहन पाएको यही कालखण्ड थियो।



३. पशुपतिनाथ: नेपालको आत्मा

काठमाडौंको बागमती नदीको किनारमा अवस्थित पशुपतिनाथ मन्दिर केवल एउटा धार्मिक स्थल मात्र होइन — यो नेपाली सभ्यता र सनातन धर्मको जीवित प्रतीक हो। यसलाई युनेस्कोले विश्व सम्पदा सूचीमा समावेश गरेको छ।

शिवको यो पवित्र धाम हरेक वर्ष लाखौं तीर्थयात्रीहरूलाई आकर्षित गर्छ। महाशिवरात्रीमा यहाँ भारत, नेपाल र विश्वभरका हिन्दु भक्तजनहरू उमिट्छन्। पशुपतिनाथको दर्शनले जन्म-मृत्युको चक्रबाट मुक्ति दिन्छ भन्ने विश्वास आजसम्म जीवित छ।

पशुपतिनाथको महत्त्व

पशुपतिनाथलाई भगवान शिवका बाह्र ज्योतिर्लिंगहरूमध्ये एक मानिन्छ। यो मन्दिर ५औं शताब्दी ई. मा बनेको भए तापनि यसको धार्मिक महत्त्व त्योभन्दा पनि पुरानो छ। मन्दिरको आर्यघाटमा अन्त्येष्टि संस्कार गर्नु हिन्दुहरूका लागि मोक्षमार्गको एउटा महत्त्वपूर्ण चरण मानिन्छ।

नेपालका प्रमुख धार्मिक स्थलहरू

ॐ **पशुपतिनाथ मन्दिर, काठमाडौं** — शिवको पवित्र धाम। युनेस्को विश्व सम्पदा। नेपाली हिन्दु धर्मको केन्द्रबिन्दु।

चाँगुनारायण, भक्तपुर — नेपालको सबभन्दा पुरानो मन्दिरहरूमध्ये एक। विष्णुको पवित्र धाम। लिच्छवी कालीन वास्तुकलाको उत्कृष्ट नमुना।

मनकामना मन्दिर, गोरखा — भगवती देवीको प्रसिद्ध मन्दिर। मनको कामना पूरा गर्ने शक्तिपीठको रूपमा प्रख्यात।

 **मुक्तिनाथ, मुस्ताङ** — समुद्र सतहबाट ३,७१० मिटर माथि। हिन्दु र बौद्ध दुवैको तीर्थस्थल।

दक्षिणकाली मन्दिर, काठमाडौं — काली देवीको शक्तिपीठ। नेपाली तान्त्रिक परम्पराको जीवित केन्द्र।

✧ **जानकी मन्दिर, जनकपुर** — सीता माताको जन्मभूमि। भारत र नेपालको सांस्कृतिक एकताको प्रतीक।

ॐ ✦ ✦ ॐ

४. चाडपर्वहरू: सनातन धर्मको जीवित परम्परा

नेपालमा भनिन्छ — 'बाह्र महिना तेह्र चाडा' यो भनाइ केवल अतिशयोक्ति होइन, बरु नेपाली समाजमा सनातन धर्मले कति गहिरो जरा गाडेको छ भन्ने यथार्थ चित्रण हो। प्रत्येक चाडपर्वले कुनै न कुनै आध्यात्मिक, सामाजिक र पारिवारिक मूल्यलाई सम्बोधन गर्छ।

दीपावली / तिहार

पाँच दिने यो महापर्वमा काग, कुकुर, गाई, गोरु र भाइलाई पूजा गर्ने अनौठो परम्परा छ। यो पशु र मानवबीचको सम्बन्धको सनातन स्वीकारोक्ति हो। लक्ष्मी देवीको पूजाले समृद्धिको कामना गर्छ।

दर्शन

नेपालको सबभन्दा ठूलो पर्व। महादुर्गा देवीद्वारा महिषासुरको बधको विजयोत्सव। परिवार मिलन, टीका र जमरा लगाउने यो पर्व नेपाली एकताको प्रतीक हो।

नागपञ्चमी

नागदेवताको पूजा गर्ने यो पर्व प्रकृतिसँगको सामञ्जस्यको प्रतीक हो। घरको ढोकामा नागको तस्वीर टाँस्ने परम्परा नेपालमा हजारौं वर्षदेखि चलिआएको छ।

जनै पूर्णिमा / ऋषि पञ्चमी

ब्राह्मण र क्षेत्रीहरूले जनै फेर्ने यो दिन वेदाध्ययनको परम्पराको नवीकरण हो। क्राँटी (मिश्रित सिमी) खाने परम्पराले स्वास्थ्यचेतनालाई धर्मसँग जोडेको छ।

तीज

महिलाहरूको सबभन्दा ठूलो पर्व। पतिको दीर्घायुको कामनामा व्रत बस्ने परम्परा। रातो साडी, हरियो चुरा र गीत-नृत्यले भरिएको यो पर्व नेपाली नारीत्वको उत्सव हो।

महाशिवरात्रि

भगवान शिवको महारात्रि। पशुपतिनाथमा देश-विदेशबाट लाखौं भक्तजन जम्मा हुन्छन्। रातभर जागरण, भजन र ध्यानमा बिताइने यो रात आत्मसाक्षात्कारको रात मानिन्छ।

गाईजात्रा

बितेको वर्षमा मृत्यु भएकाहरूको आत्माको शान्तिको कामनामा मनाइने यो पर्वले मृत्युको सत्यतालाई हास्यव्यङ्ग्यमार्फत स्वीकार गर्ने सनातन दर्शनलाई प्रतिबिम्बित गर्छ।

ॐ ✦ ✦ ॐ

वसुधैव कुटुम्बकम् । सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः।

सम्पूर्ण विश्व एउटै परिवार हो। सबै सुखी होऊन्, सबै रोगमुक्त होऊन्।

— उपनिषद् / महोपनिषद्

ॐ ✦ ✦ ॐ

५. सनातन धर्मको दार्शनिक आधार

सनातन हिन्दु धर्म केवल पूजापाठ र कर्मकाण्डमा सीमित छैन। यसको मूलमा एक गहिरो र व्यापक दर्शन छ जसले मानव अस्तित्वका सबै पक्षहरूलाई समेट्छ। यही दार्शनिक गहिराइले सनातन धर्मलाई हजारौं वर्षसम्म जीवन्त राख्न सहयोग गरेको छ।

🕉 **धर्म:** सही आचरण, कर्तव्य र नैतिक व्यवस्था। समाजलाई सुसञ्चालित राख्ने आधार।

कर्म: कारण-कार्यको सिद्धान्त। जे गर्छौं त्यसको फल भोग्नुपर्छ — यो ब्रह्माण्डको नियम हो।

🌀 **मोक्ष:** जन्म-मृत्युको चक्रबाट मुक्ति। आत्माको परमात्मासँग मिलन। जीवनको अन्तिम लक्ष्य।

माया: संसारको भ्रामक स्वरूप। वास्तविक ज्ञानले मायाको आवरण हटाउँछ र सत्यको दर्शन हुन्छ।

ब्रह्म: सर्वव्यापी परम सत्ता। सम्पूर्ण ब्रह्माण्डको मूल स्रोत। 'अहं ब्रह्मास्मि' — म नै ब्रह्म हुँ।

अहिंसा: कुनै पनि जीवलाई हिंसा नगर्ने। गान्धीजीले यही सनातन मूल्यलाई राजनीतिक हतियार बनाए।

वेद, उपनिषद्, भगवद्गीता, रामायण र महाभारत — यी सनातन धर्मका महाग्रन्थहरू हुन् जसले नेपाली समाजको नैतिक र आध्यात्मिक जीवनलाई आकार दिएका छन्। गीताको 'कर्म गर, फलको आशा नगर' भन्ने शिक्षाले नेपाली कृषक र योद्धादेखि लिएर विद्वान र राजासम्म सबैलाई प्रेरित गरेको छ।



६. कला, साहित्य र स्थापत्यमा हिन्दु धर्मको प्रभाव

नेपाली कलाको इतिहास भनेको हिन्दु धर्मको कलात्मक अभिव्यक्तिको इतिहास हो। मल्लकालीन मन्दिरहरूको पगोडा शैलीको वास्तुकला, तञ्जोका (ताम्रपत्र कलाकृति), पाँडुलिपि चित्रकला, र काष्ठकला — सबैमा सनातन धर्मको आत्मा बसेको छ।

नेपाली स्थापत्यकलाको विशेषता

नेपालको पगोडा शैलीको मन्दिर वास्तुकला विश्वमा अद्वितीय छ। काठमाडौँ उपत्यकाका तीन दरबार क्षेत्रहरू — काठमाडौँ, पाटन र भक्तपुर — मध्ययुगीन हिन्दु सभ्यताको विश्वमा सर्वश्रेष्ठ संरक्षित उदाहरणहरूमध्ये छन्। यी सबैलाई युनेस्कोले विश्व सम्पदा सूचीमा राखेको छ।

नेपाली साहित्यमा पनि सनातन धर्मको गहिरो प्रभाव छ। भानुभक्त आचार्यको रामायण अनुवाद, लेखनाथ पौड्यालका कविता, बालकृष्ण समका नाटक — सबैमा सनातन दर्शन र आध्यात्मिक चेतना विद्यमान छ।

नेपालको लोकसंगीत र नृत्यमा पनि यही धार्मिक चेतना झल्किन्छ। देउडा, भयाउरे, सेलो र भजनहरूले सनातन धर्मको भावनालाई सरल भाषामा सर्वसाधारणसम्म पुर्‍याएका छन्।



७. सामाजिक जीवनमा सनातन धर्मको भूमिका

नेपाली समाजको दैनिक जीवनमा सनातन धर्मले एउटा अदृश्य तर शक्तिशाली धागोको काम गर्छ। बिहान उठेर सूर्यनमस्कार गर्नेदेखि लिएर रात सुत्नुअघि भगवानसमक्ष दियो बाल्नेसम्म — सबैमा सनातन धर्मको उपस्थिति छ।

सनातन धर्मले नेपाली समाजमा एउटा साझा नैतिक आधार प्रदान गरेको छ। 'अतिथि देवो भव' को सिद्धान्तले नेपालीहरूलाई आगन्तुकप्रति उदार र सत्कारशील बनाएको छ। 'गाई हाम्री माता हो' भन्ने भावनाले पशु सम्पदाप्रतिको जिम्मेवारी सिकाएको छ।

परिवार र संस्कार

सनातन धर्मले सोह्र संस्कारहरूको व्यवस्था गरेको छ जसले व्यक्तिको जन्मदेखि मृत्युसम्मको यात्रालाई आध्यात्मिक रूपमा अर्थपूर्ण बनाउँछ। नामकरण, पासनी, ब्रतबन्ध, विवाह र श्राद्ध — यी संस्कारहरूले परिवारलाई एकसाथ बाँधेर राख्छन् र पुस्तादेखि पुस्तासम्म सांस्कृतिक निरन्तरता सुनिश्चित गर्छन्।



८. सनातन धर्म र प्रकृति: विश्वको पहिलो पर्यावरण धर्म

सनातन हिन्दु धर्मलाई संसारको पहिलो पर्यावरणवादी धर्म भन्न सकिन्छ। हजारौं वर्षअघि नै यस धर्मले प्रकृतिका हरेक तत्वमा दिव्यताको दर्शन गरेको थियो।

नेपालमा वन, नदी, पर्वत, पशु — सबैलाई धार्मिक महत्त्व दिइएको छ। गंगा, गण्डकी, कोशी जस्ता नदीहरू देवी मानिन्छन्। हिमालय भगवान शिवको निवास मानिन्छ। पीपल र वटवृक्षलाई काट्न निषेध छ किनकि यिनमा देवताको वास मानिन्छ — यो विश्वास वास्तवमा वनस्पति संरक्षणको अत्यन्त परिष्कृत परम्परागत ज्ञान हो।

गाईलाई 'गाउमाता' मान्ने परम्परा, सर्पलाई पूज्ने नागपञ्चमीको चलन — यी सबैले जैविक विविधताको संरक्षणमा सनातन धर्मले खेलेको भूमिकालाई दर्साउँछन्।



९. ज्ञान र शिक्षाको परम्परा: गुरुकुल देखि आधुनिकतासम्म

सनातन धर्मले ज्ञानलाई सर्वोच्च धन मानेको छ। 'विद्या ददाति विनयम्' — विद्याले विनम्रता दिन्छ — यो उक्तिले सनातन शिक्षा दर्शनको मूल भावनालाई व्यक्त गर्छ।

नेपालमा गुरुकुल परम्पराको लामो इतिहास छ। आचार्यहरूले वेद, उपनिषद्, व्याकरण, ज्योतिष, आयुर्वेद र धर्मशास्त्रको ज्ञान पुस्तौंपुस्ता सम्म हस्तान्तरण गर्दै आएका छन्।

आयुर्वेद: सनातन चिकित्सा विज्ञान

नेपालमा आयुर्वेदको परम्परा अत्यन्त पुरानो छ। हरि, बर्रो, अमला, तुलसी, अदुवा, हल्दी — यी जडीबुटीहरूको प्रयोग सनातन धर्मले नेपाली समाजलाई दिएको स्वास्थ्यसम्बन्धी अमूल्य विरासत हो। आज पनि नेपालमा लाखौं मानिसले आयुर्वेदिक उपचारको सहारा लिन्छन्।



१०. वर्तमान सन्दर्भ: चुनौती र अवसर

आधुनिकताको लहरमा सनातन धर्मको परम्परागत अभ्यासहरूले केही चुनौतीहरूको सामना गरिरहेका छन्। तथापि, सनातन धर्मको सौन्दर्य नै यो हो कि यो युगसँगसँगै रूपान्तरित हुन सक्छ — यसको सार सदा एउटै रहन्छ, केवल बाह्य रूप परिवर्तन हुन्छ।

आज नेपालमा हजारौं युवाहरू योगध्यान, वेदान्त दर्शन र आयुर्वेदमा नयाँ रुचि देखाइरहेका छन्। अन्तर्राष्ट्रिय जगत्मा पनि सनातन धर्मका मूल्यहरू — ध्यान, अहिंसा, वसुधैव कुटुम्बकम् — विश्वव्यापी रूपमा मान्यता पाइरहेका छन्।

नेपालको सनातन धर्म परम्परा विश्वको अमूल्य साभा सम्पत्ति हो। यसलाई संरक्षण र प्रवर्धन गर्नु न केवल नेपालीहरूको, बरु सम्पूर्ण मानवजातिको दायित्व हो।



उपसंहार: सनातन सत्यको निरन्तर यात्रा

"नेपालमा सनातन हिन्दु धर्म केवल एउटा धर्म मात्र होइन — यो नेपाली सभ्यताको मेरुदण्ड हो।"

पशुपतिनाथको मन्दिरमा बज्ने घण्टाको ध्वनि, दशैंमा परिवारको मिलनको आनन्द, महाशिवरात्रिको रातको आध्यात्मिक जागरण, र मुक्तिनाथको उचाइमा भक्तहरूको श्रद्धा — यी सबै सनातन धर्मको अमर प्रवाहका अभिव्यक्तिहरू हुन्।

यो सनातन प्रवाह अविच्छिन्न छ, अटुट छ — र रहिरहनेछ।

ॐ ॐ नमः शिवाय जय पशुपतिनाथ ॐ

Tags:

#सनातनधर्म #नेपाल #हिन्दुधर्म #पशुपतिनाथ #नेपालीसंस्कृति #वेद #दशैं #योग #आयुर्वेद #नेपालीइतिहास